WILL
156 подписчиков

Новый год, новые начинания, новые решения

11 января 2021 · 247 прочитали

НОВЫЙ ГОД–
НОВЫЕ НАЧИНАНИЯ



Новый год - это новое начало. Это похоже на новое рождение.

С началом нового года мы чувствуем, что нам нужно внести изменения в нашу жизнь, начать новый путь, заняться новыми делами и попрощаться со старыми привычками, проблемами и трудностями.

Часто мы начинаем строить новые планы и новые решения. Мы можем чувствовать себя воодушевленными, вдохновленными и обнадеживающими, но иногда и опасающимися.

Вопрос в том, будем ли мы продолжать и упорствовать или откажемся от наших планов и решений? Вернемся ли мы к нашему привычному поведению и продолжим жить той же жизнью, не внося никаких изменений или улучшений?

Изменения, улучшения и успех требуют настойчивости

Если вы хотите по-настоящему изменить свою жизнь, вам нужно предпринять определенные шаги. Мечтать о большом - это здорово. Мечтать одно удовольствие. Однако, чтобы ваши мечты стали реальностью, вам нужно что-то с ними делать, а не просто мечтать.

Новый год похож на книгу с пустыми страницами. Как вы хотите заполнить эти страницы?

Чтобы выполнить свои новогодние решения, достичь поставленных целей, вам нужно нечто большее, чем временное вдохновение и желание.

5 шагов к переменам в вашей жизни

Начало нового года вдохновляет нас на новые начинания и изменения в нашей жизни, но это вдохновение должно продолжаться в течение всего года, а не испаряться через несколько дней или недель.

Есть определенные навыки, привычки и черты характера, которыми вы должны обладать, и несколько шагов, которые нужно выполнить, чтобы гарантировать, что вы будете выполнять свои решения и вносить желаемые изменения в свою жизнь.

Вам нужно научиться принимать мудрые решения, основанные на здравом смысле и фактах, а не на эмоциональных решениях, которые вы можете обнаружить через некоторое время как непрактичные, или что они вас не интересуют.

Принятие решений и планирование, а затем отказ от них - это разочарование и пустая трата времени и энергии. Если вы часто повторяете это поведение, вы учите свое подсознание, что вы ленивый человек и не должны многого ожидать от себя.

Что вы можете сделать, чтобы твердо придерживаться своих решений?

Какие шаги вам нужно предпринять?

Вот несколько важных шагов и действий, которые вам необходимо предпринять, чтобы обеспечить выполнение своих решений.

1. Четко поставленная цель

Без четко определенной цели вы просто будете дрейфовать, потеряете интерес и прекратите то, что начали делать.

Одной общей и неясной цели недостаточно, и не имеет значения, большая это цель или малая. В обоих случаях это должно быть четко определено.

Если вы хотите пойти в кино, вам нужно знать, какой фильм вы хотите посмотреть. Если вы хотите новую машину, вам нужно знать, какую машину вы хотите, и если вы хотите изменить свою жизнь, вы должны знать, какие изменения вы хотите внести.

2. Настойчивость

Обычно, когда мы начинаем что-то новое, у нас есть мотивация и вдохновение, но, столкнувшись с трудностями и препятствиями, и если на изменение требуется слишком много времени, мы начинаем терять энтузиазм и сомневаться, стоит ли оно того.

На этом этапе нам необходимо проявить самодисциплину и настойчиво прилагать усилия.

Как нам оставаться настойчивыми? Это сложный вопрос. Вам просто не нужно сдаваться. Это то, что отличает успешного человека от неудачника.

Это может помочь подумать о преимуществах, которые вы получите после достижения своей цели. Также может помочь чтение книг или статей о людях, которые встречали трудности и преодолевали их.

3. Действия

Чтобы выполнять решения, вам нужно действовать не завтра или на следующей неделе, а прямо сейчас. Не ждите подходящего времени, потому что подходящее время сейчас, а промедление означает ожидание никогда.

Чтобы внести желаемые изменения, вам нужно действовать, иначе в вашей жизни ничего не изменится.

4. Выход из зоны комфорта

Мы чувствуем себя удобнее и безопаснее в известной обстановке и ситуации и часто боимся покинуть свою зону комфорта. Если вы хотите улучшить свою жизнь, вам нужно набраться смелости, чтобы выйти из зоны комфорта и заняться другими делами. Вы должны быть готовы делать что-то по-другому и делать то, чего никогда раньше не делали, иначе как вы можете инициировать изменения в своей жизни?

5. Не прислушивайтесь к сомнениям и унынию

Ваш разум может вызвать сомнения, а семья и друзья могут отговорить вас. Часто лучше не слишком много говорить о своих планах и решениях. Люди боятся перемен и могут отпугнуть вас.

Да, иногда они могут быть правы, но часто их устами говорит их страх перемен.

Думайте, руководствуйтесь здравым смыслом и соберите факты, прежде чем принимать решение, но когда вы будете уверены в том, что делаете, не позволяйте ничему вас сдерживать.

Новый год приносит новые начала и новые решения. Это зависит от вас, собираетесь ли вы выполнять свои решения, от вашей внутренней силы и от вашей способности продолжать, несмотря на трудности и препятствия.

Сделайте этот год выдающимся, чтобы в конце года вы чувствовали себя счастливыми и удовлетворенными тем, что вы выполнили свои обязательства и выполнили то, что вы намеревались сделать.

> *«Новый год стоит перед нами, как глава в книге, ожидающая написания. Мы можем помочь написать эту историю, поставив цели ».*
>
> *- Мелоди Битти*
>
> *«Каждый раз, когда вы отрываете листок от календаря, вы представляете новое место для новых идей и прогресса».*
>
> *- Чарльз Кеттеринг*

